NIDAS: 27

Management of children with low vision

FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

1. എന്താണ് കാഴ്ച കുറവ് ?

ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് ശേഷവും, മരുന്ന്, കോൺടാക്ട് ലെൻസുകൾ, ഗ്ലാസ്, ഇവയുടെ ഉപയോഗശേഷവും കാഴ്ച്ച ശക്തിയുടെ പരിധിയിൽ വൈകല്യം ഉണ്ടാകുന്നതിനെയാണ് കാഴ്ച കുറവ് എന്ന് പറയുന്നത്.

2. കാഴ്ച കുറവ് എന്നതുകൊണ്ട് കുട്ടി പൂർണ അന്ധൻ /അന്ധ എന്നാണോ അർത്ഥമാക്കുന്നത്?

കാഴ്ച കുറവ് അന്ധത ആകണമെന്നില്ല. കാഴ്ച വൈകല്യം രണ്ടു രീതിയിൽ ആണ് തരംതിരിച്ചിരിക്കുന്നത്, അവയാണ്:

കാഴ്ച കുറവ് : താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഏതെങ്കിലും അവസ്ഥ :

- താരതമ്യേന കാഴ്ച കൂടുതലുള്ള കണ്ണിനെ BETTER EYE എന്ന് പറയുന്നു. ആ കണ്ണിനെ അപേക്ഷിച്ചു മറ്റു കണ്ണിന്റെ വിഷ്വൽ അകിറ്റി 6/ 18 ഉം 3/ 60 നും ഇടയിൽ ഉള്ള അവസ്ഥ.
- കാഴ്ച പരിധി 10 നു മുകളിലും 40 ഡിഗ്രി കോണളവിൽ പരിമിതപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന അവസ്ഥ

അന്ധത: താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഏതെങ്കിലും അവസ്ഥ :

- പൂർണമായും കാഴ്ച ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥ
- വിഷ്വൽ അകിറ്റി 3/60 അല്ലെങ്കിൽ 10/200 (Snellen) ഉള്ള അവസ്ഥ
- പത്ത് ഡിഗ്രി അല്ലെങ്കിൽ അതിലും മോശമായ ഒരു കോണളവിൽ ഉള്ള കാഴ്ച പരിധി.

Category	Corrected VA-better eye	WHO Definition Standard*	Working#	Indian Definition
1	6/6-6/18	Normal	Normal	Normal
2	<6/18-6/60	Visual Impairment	Low Vision	Low Vision
3	<6/60-3/60	Severe Visual Impairment	Low Vision	Blind
4	<3/60-1/60	Blind	Low Vision	Blind
5	<1/60-PL (Perception of light)	Blind	Low Vision	Blind
6	NPL (No Perception of light)	Blind	Total Blindness	Total Blindness

3. കാഴ്ച കുറവിനുള്ള കാരണമെന്താണ്?

പല കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് കാഴ്ചക്കുറവ് ഉണ്ടാകാം. ചില പൊതുവായ കണ്ണ് രോഗങ്ങളും അവസ്ഥകളും ചുവടെ ചേർക്കുന്നു : കുട്ടിയും/പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചില മാക്കുലർ ഡിജനറേഷൻ, തിമിരം, പ്രമേഹം, ട്രോമ, ഗ്ലോക്കോമ, , റെറ്റിനിറ്റിസ് പിഗ്മെൻറ്സോ, അൽബിനിസം.

4. കാഴ്ച ശക്തി കുറഞ്ഞ ആളുകളെ ബാധിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

കാഴ്ച ശക്തി കുറഞ്ഞ ആളുകളിൽ വ്യക്തമായ കാഴ്ച, കേന്ദ്ര കാഴ്ച, സൂക്ഷ്മ കാഴ്ച, ആഴത്തിലുള്ള ഗ്രാഹ്യം, വൈരുദ്ധ്യം, അല്ലെങ്കിൽ കാണുന്നത് എന്താണെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള കഴിവ് എന്നിവയിൽ ഏതിന്റെയെങ്കിലും അഭാവം കണ്ടുവരുന്നു;

5.കാഴ്ച ശക്തിയിൽ എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം ഉണ്ട് എന്ന് സംശയിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ ആരെയാണ് സമീപിക്കേണ്ടത്?

ഒരു കണ്ണുരോഗ വിദഗ്ദ്ധന് കാഴ്ച സംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് അനുയോജ്യമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകാൻ സാധിക്കും.

6. കാഴ്ച കുറവുള്ള എല്ലാ കുട്ടികളിലും ഒരേ തരത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ ആണോ കണ്ടുവരുന്നത്?

അല്ല, ഓരോ കുട്ടിയും വ്യത്യസ്തരാണ്. കാഴ്ച ശക്തിയുടെ മൂന്ന് ഘടകങ്ങൾ ആയ വിഷ്വൽ അകിറ്റി,കാഴ്ച പരിധി, കാഴ്ച പ്രവർത്തനം എന്നിവ പരിഗണനയിൽ എടുക്കേണ്ടതുണ്ട്. ശരിയായ പരിശോധനയ്ക്ക് ശേഷം ഇതിൽ എന്താണ് നിങ്ങളുടെ പ്രശ്നം എന്നും അതിനുള്ള പരിഹാരം എന്താണെന്നും പറഞ്ഞുതരാൻ ഈ മേഖലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒരു വിദഗ്ദന് സാധിക്കും.

7. ജീവിതത്തിൽ ഏത് സമയത്തും കാഴ്ചക്കുറവ് ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഉണ്ടോ?

ഉണ്ട്.പാരമ്പര്യം,ജനിതക കാരണങ്ങൾ എന്നിവ കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന കാഴ്ചക്കുറവും തലച്ചോറിലെ പനി, അപസ്മാരം, അപകടം എന്നീ കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന കാഴ്ചക്കുറവും ജീവിതത്തിൽ എപ്പോൾ വേണമെങ്കിലും വരാൻ സാധ്യത ഉണ്ട്.

8. ആദ്യത്തെ കുഞ്ഞിന് കാഴ്ചക്കുറവ് ഉണ്ടെങ്കിൽ അടുത്ത് ജനിക്കുന്ന കുഞ്ഞിനും കാഴ്ച കുറവ് ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഉണ്ടോ?

ഇത് നിങ്ങളുടെ ആദ്യത്തെ കുട്ടിയ്ക്ക് കാഴ്ചക്കുറവ് ഉണ്ടാകാനുള്ള കാരണം എന്താണ് എന്നതിനെ അനുസരിച്ചായിരിക്കും. ജനിതക കാരണം മൂലമാണെങ്കിൽ(പാരമ്പര്യ ഘടകം ഉണ്ടെങ്കിൽ) അതിനു സാധ്യതയുണ്ട്.

9.ജനിക്കാൻ പോകുന്ന കുഞ്ഞിന് കാഴ്ച വൈകല്യങ്ങൾ ഉണ്ടാകാതിരിക്കാൻ സ്ത്രീകൾ ഗർഭകാലത്തു എന്തൊക്കെ മുൻകരുതലുകൾ ആണ് എടുക്കേണ്ടത്?

നിങ്ങൾക്കു ഒരു കുട്ടി വേണം എന്ന് തീരുമാനിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് തന്നെ ജനിക്കാൻ പോകുന്ന കുഞ്ഞുങ്ങളിൽ വൈകല്യം ഉണ്ടാക്കാൻ കാരണമായേക്കാവുന്ന ജനിതകഘടകങ്ങൾ എന്തെങ്കിലും ഉണ്ടോ എന്ന് കണ്ടുപിടിക്കുക.

ആരോഗ്യകരമായ ഗർഭത്തിന് ഒരു ഡോക്ടറുടെ നിരന്തര ഉപദേശം സ്വീകരിക്കുക.

ഒരു കുട്ടി വേണം എന്ന് തീരുമാനിക്കുന്നതിനുമുമ്പ് തന്നെ നിങ്ങൾ ഒരു ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം ആവശ്യമായ വാക്സിനേഷനുകൾ എടുത്തിട്ടുണ്ടെന്ന്(ഉദാ:റുബെല്ല പോലുള്ള രോഗങ്ങൾക്കെതിരെയുള്ളവ) ഉറപ്പാക്കുക.

10. എന്താണ് ലോ വിഷൻ ഡിവൈസുകൾ, ഇത് എങ്ങനെയാണ് എന്റെ കുട്ടിയെ സഹായിക്കുക?

ഒപ്റ്റിക്കൽ, നോൺ-ഒപ്റ്റിക്കൽ സ്വഭാവമുള്ള ഉപകരണങ്ങൾ ആണ് ലോ വിഷൻ ഉപകരണങ്ങൾ.

വസ്തുക്കൾ വലുതായി കാണിക്കാനായി ഒന്നോ അതിൽ അധികമോ ലെൻസുകൾ ആണ് ഒപ്റ്റിക്കൽ ഉപകാരങ്ങളിൽ കാണിക്കുന്നത്. താല്പര്യമുള്ള വസ്തുവിനെ അടുത്ത കാണിക്കാനായി നോൺ-ഒപ്റ്റിക്കൽ ഉപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നു. eg: അക്ഷരങ്ങൾ വലുതായി അച്ചടിച്ച പുസ്തകങ്ങൾ, റൈറ്റിങ് ഗൈഡുകൾ, വലുപ്പത്തിലുള്ള ഫോൺ ടൈലുകൾ , സംസാരിക്കാൻ സഹായകമാകുന്ന ഉപകരണങ്ങൾ (ടൈമർ , ക്ലോക്ക്, കമ്പ്യൂട്ടർ), പ്രിന്റ് സ്കാൻ ചെയ്യുന്ന യന്ത്രങ്ങൾ, ഉച്ചത്തിൽ വായിക്കുക, നല്ല വെളിച്ചം

11. കാഴ്ച കുറവ് അനുഭവിക്കുന്ന കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കാൻ ബ്രെയിലി ആവശ്യമാണോ?

കാഴ്ചക്കുറവുള്ള എല്ലാ കുട്ടികളും ബ്രെയിലി പഠിക്കേണ്ട ആവശ്യമില്ല.

ഇത് ഓരോ കുട്ടിയിലും എത്രത്തോളം കാഴ്ച ശക്തി ഉണ്ട് എന്നതിനെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും. വിദഗ്ദ്ധ ഉപദേശപ്രകാരം മാത്രം മുന്നോട്ട് പോകുക .

12. കാഴ്ച കുറവിനെ കുറിച്ച പല മിഥ്യ ധാരണകളും നിലനില്കുന്നുണ്ട്. ഞാൻ അതൊക്കെ വിശ്വസിക്കേണ്ട ആവശ്യകതയുണ്ടോ?

myth : കുറഞ്ഞ കാഴ്ചയുള്ള ആളുകൾ അത് കൂടുതൽ ഉപയോഗിക്കാൻ പാടില്ല, അങ്ങനെയെങ്കിൽ അവരുടെ കാഴ്ച പൂർണമായും നഷ്ടപെടും.
fact : പരിമിതമായ കാഴ്ച ശക്തി ഉള്ള ഒരാൾ അയാളുടെ അവശേഷിക്കുന്ന കാഴ്ച്ച പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയാണെങ്കിൽ ആ വ്യക്തിക്ക് നല്ലരീതിയിൽ കാണാൻ കഴിയും.

myth: വായിക്കുമ്പോൾ പുസ്തകങ്ങൾ കണ്ണുകളുടെ വളരെ അടുത്തായി പിടിച്ചു വായിക്കുന്നത് കാഴ്ച ശക്തി കുറയാൻ കാരണമാകും.
fact : പുസ്തകങ്ങൾ കണ്ണുകളുടെ വളരെ അടുത്തായി പിടിച്ചു വായിക്കുന്നത് ക്ഷീണം ഉണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്നു. എന്നാൽ ഇത് കാരണം കാഴ്ച നഷ്ടപെട്ട സംഭവങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ ഇല്ല.

myth: തന്നെ ഇപ്പോഴും മറ്റുള്ളവർ പരിപാലിക്കണം എന്ന് കാഴ്ച കുറവുള്ളവർ ആഗ്രഹിക്കുന്നു.
fact : കാഴ്ചക്കുറവുള്ള ആളുകൾക്ക് ഉചിതമായ പ്രചോദനം നൽകിയാൽ അവരിൽ അവശേഷിച്ചിരിക്കുന്ന കാഴ്ച പരമാവധി ഉപയോഗിച്ച് സ്വതന്ത്ര ജീവിതം നയിക്കാൻ കഴിയും.

myth : കാഴ്ച കുറവുള്ള ആളുകൾക്ക് അവരുടെ മറ്റ് ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് മികച്ച പ്രവർത്തനം നടത്താൻ സാധിക്കുന്നു.
fact : കാഴ്ചവൈകല്യമുള്ളവർ അതിന്റെ പരിഹാരമായി അവരുടെ മറ്റു ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിന് കഠിനാധ്വാനം ചെയ്യേണ്ടതുണ്ട്.

myth: കാഴ്ച വൈകല്യം ഉള്ള കുട്ടികൾക്ക് സ്വാഭാവികമായും കണ്ണട അല്ലെങ്കിൽ ലോ വിഷൻ ഉപകരണങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്.
fact : കാഴ്ച കുറവിന്റെ കാരണം കണ്ടെത്തിയതിനു ശേഷം മാത്രമേ അതിനനുസൃതമായ ചികിത്സ നിശ്ചയിക്കാൻ കഴിയുകയുള്ളു.

myth: കാഴ്ച കുറവുള്ള ഒരു കുട്ടി ക്രമേണ പൂർണ അന്ധനായി മാറുകയും ആയതിനാൽ ബ്രെയിലി പഠിപ്പിക്കേണ്ടത് അനിവാര്യവുമാണ്

fact: കാഴ്ച കുറവിന്റെ നിലവാരം കുറേകാലം ഒന്നുതന്നെ ആയിരിക്കും. ചിലപ്പോൾ സ്ഥിതി കൂടുതൽ വഷളാകാനിടയുണ്ട്. എന്നാൽ ഇത് ഒരിക്കലും പൂർണ അന്ധതയിലേക്ക് നയിക്കില്ല. ഒരു ഒപ്റ്റിക്കൽ ഉപകരണത്തിന്റെ സഹായത്തോടെ വലിയ അക്ഷരങ്ങളും, സാധാരണ വലിപ്പത്തിലുള്ള അക്ഷരങ്ങളും വായിക്കാൻ കഴിയും.

myth : ഒപ്റ്റിക്കൽ ലോ വിഷൻ ഉപകരണങ്ങളുടെ ഉപയോഗം ദോഷകരമാണ്.

fact : കാഴ്ച കുറവുള്ളവർക്ക് അവരുടെ നിലവിലുള്ള കാഴ്ച നന്നായി പ്രയോജനപ്പെടുത്താൻ ലോ വിഷൻ ഉപകരണങ്ങൾ സഹായിക്കുന്നു.

myth: കാഴ്ചകുറവുള്ളവർ വളരെ അടുത്തിരുന്നു ടി വി കാണുന്നത് അവരുടെ അവശേഷിക്കുന്ന കാഴ്ച നഷ്ട്ടമാകാൻ കാരണമാകുന്നു

fact : കാഴ്ചകുറവുള്ളവർ വളരെ അടുത്തിരുന്നു ടി വി കാണുന്നത് ക്ഷീണം ഉണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്നു. എന്നാൽ ഇത് കാരണം കാഴ്ച നഷ്ടപെട്ട സംഭവങ്ങൾ ഒന്നും തന്നെ ഇല്ല.

14. കാഴ്ച കുറവ് ഉള്ളവർക്കു എന്തൊക്കെ ഇളവുകൾ ലഭ്യമാണ്?

- കുറഞ്ഞ കാഴ്ച ശക്തിയുള്ളവർക്ക് ശക്തിയേറിയ മാഗ്നിഫയിങ് ഗ്ലാസ്, ടെലിസ്കോപ്പ് മൗണ്ടഡ് കണ്ണട എന്നിവ വാങ്ങുന്നതിനു RS.5000/- വരെ സാമൂഹ്യ നീതി വകുപ്പിന് കീഴിൽ നിന്നും ധനസഹായം ലഭിക്കുന്നു.
- കാഴ്ച വൈകല്യം ഉള്ളവർക്കു മൊബിലിറ്റി വൈറ്റ് കെയ്ൻ നൽകുന്ന പദ്ധതി, 2000 പേർക്ക് 150 രൂപ നിരക്കിൽ സാമൂഹ്യ നീതി വകുപ്പും സാമൂഹ്യ സുരക്ഷ മിഷൻ, വികലാംഗ ക്ഷേമ കോർപറേഷനും സംയുക്തമായി നടത്തി വരുന്നു.
- 5-ാം ക്ലാസ് മുതൽ ഡിഗ്രി വരെ പഠിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി ബ്രെയ്‌ലി കിറ്റ്, ടോക്കിങ് കാൽകുലേറ്റർ, ഡെയ്‌സി പ്ലെയർ, എന്നിവ നൽകി വരുന്നു. വിദ്യാഭാസ കാര്യാലയ മേധാവി മുഖേന ശിശുവികസന പദ്ധതി ഓഫീസർക്കാണ് അപേക്ഷ സമർപ്പിക്കേണ്ടത്.(GO .CIRCULAR NO. H/ 12296/15).

- അന്ധ അഭിഭാഷകർക്കുള്ള ധനസഹായം 3000 രൂപയിൽ നിന്നും 4000 ആയും വരുമാന പരിധി 18000 രൂപയിൽ നിന്നും ഒരു ലക്ഷം ആയും ഉയർത്തിയിട്ടുണ്ട്.
- കാഴ്ച വൈകല്യം ഉള്ള അമ്മമാർക്ക് പ്രസവാനന്തരം കുഞ്ഞിനെ പരിപാലിക്കുന്നതിനു പ്രതിമാസം 2000 രൂപ ക്രമത്തിൽ ധനസഹായം നൽകുന്നു.

15. കേരളത്തിൽ എവിടെ നിന്നെല്ലാം ലോ വിഷൻ ക്ലിനിക് സർവീസുകൾ ലഭ്യമാകും?

- റീജിയണൽ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് ഓഫ്താൽമോളജി , തിരുവനന്തപുരം
- ഗിരിധർ ഐ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്, കൊച്ചി
- സിറ്റി ഐ ഫൌണ്ടേഷൻ ഹോസ്പിറ്റൽ, പാവമണി റോഡ്, കോഴിക്കോട്
- ലിറ്റിൽ ഫ്ലവർ ഐ ഹോസ്പിറ്റൽ ആൻഡ് റിസർച്ച് സെന്റർ , അങ്കമാലി
- അഹല്യ ഫൌണ്ടേഷൻ ഐ ഹോസ്പിറ്റൽ പാലക്കാട്

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്

മിസ്. രജിത എൽ. 0471-3066638
സോഷ്യൽ വർക്കർ
നിഷ്

ഡോ . ബിന്ദു തങ്കപ്പൻ. എം. ഡി. ഡി.എം
ന്യൂറോളജിസ്റ്റ്,
എസ്. എ. റ്റി. ഹോസ്പിറ്റൽ, തിരുവനന്തപുരം 0471- 2475166